

## ESTUDO DOS SINTOMAS E FATORES DE ANSIEDADE EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS EM UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA DA AMAZÔNIA PARAENSE

Rayssa Silva Cruz Oliveira<sup>1</sup>, Edmily Cintia Santos dos Santos<sup>2</sup>, Priscilla Bellard Mendes de Souza<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Graduanda do curso de Pedagogia da Universidade Federal do Pará (UFPA), Campus Universitário de Altamira, Pará, Brasil. [raissacruz.altamira@gmail.com](mailto:raissacruz.altamira@gmail.com)

<sup>2</sup> Graduanda do curso de Pedagogia da Universidade Federal do Pará (UFPA), Campus Universitário de Altamira. [cintiaedmilly@gmail.com](mailto:cintiaedmilly@gmail.com)

<sup>3</sup> Doutora em Psicologia, Docente da Faculdade de Educação e Coordenadora do Projeto PASES da Universidade Federal do Pará (UFPA), Campus Universitário de Altamira. [pribellard@gmail.com](mailto:pribellard@gmail.com)

### Introdução

O transtorno de ansiedade é um problema mental bastante comum em universitários, que afeta o bem-estar, qualidade de vida e desempenho acadêmico. A ansiedade nessa comunidade é alarmante, devido a vários fatores, como índices acadêmicos, problemas financeiros, relações pessoais, pressão psicológica ou medo do futuro e isso muitas vezes resulta no adoecimento mental do educando (Silva et al., 2018). Nesse sentido, de acordo com os autores, o afastamento da família, assim como a alta cobrança acadêmica, são fatores que podem desencadear o transtorno de ansiedade.

De acordo com Souza et al (2020), em uma pesquisa realizada com pacientes universitários atendidos em um projeto universitário de assistência psicológica, a ansiedade causa um prejuízo enorme na saúde mental, podendo ocasionar a evasão do estudante. A ansiedade é uma apreensão negativa em relação ao futuro, manifestando sentimentos de sofrimento por antecipação ao perigo, angústia, insônia, dificuldade de relaxar, medo e taquicardia, sendo estes sintomas frequentes em quem sofre com ansiedade (Dalgallarrondo, 2008).

Ao observar a prevalência da ansiedade em universitários, devido a inúmeros fatores, percebe-se que é de extrema importância pesquisas científicas na área da saúde mental, a fim de melhor compreender a prevalência dos fatores e os sintomas que desencadeiam ansiedade e transtornos de ansiedade no ambiente acadêmico. Nos casos mais graves a ansiedade pode resultar em depressão ou na evasão acadêmica, e entender esses fenômenos é essencial para o desenvolvimento de intervenções psicológicas, no intuito de garantir a saúde mental, o desempenho acadêmico, e a vida social do estudante.

Diante desse contexto abre-se o questionamento: quais os principais fatores e os sintomas que causam ansiedade em estudantes universitários? A pesquisa teve como objetivo, descrever e analisar os principais fatores e sintomas de ansiedade em estudantes universitários de diferentes cursos de uma Universidade Pública do Pará.

## Metodologia

A pesquisa possui um delineamento quanti-qualitativo, com abordagem descritiva e do tipo documental com análises de registros clínicos. Foram analisados N= 49 prontuários de atendimentos de estudantes atendidos pelas psicólogas do Projeto OASIS da Faculdade de Medicina (FAMED) da Universidade Federal do Pará Campus de Altamira, juntamente com o Assistência e Avaliação Psicológica acadêmica - A Saúde e Bem-estar psicológicos no foco do Projeto PASES. O projeto OASIS é um projeto de aromaterapia com óleos essenciais aprovado pelo comitê de ética em saúde sob o número de 7.257.769, com o objetivo de reduzir o estresse e a ansiedade em universitários.

O público-alvo foram acadêmicos matriculados em diferentes cursos de graduação de uma universidade pública de Altamira. Nos procedimentos de coleta e análise de dados, os prontuários foram acessados com a autorização da orientadora da pesquisa, sendo os dados armazenados em uma planilha no *Microsoft Excel*, com as seguintes informações: idade, sexo, curso, datas de atendimentos, fatores causadores de ansiedade, sintomas. Os resultados preliminares da pesquisa foram analisados e separados em planilha do *Excel* e posteriormente organizados em gráficos.

## Resultados e discussão

Os dados da pesquisa mostram que o sexo feminino foi o mais prevalente na busca por atendimento psicológico sendo ( $n = 39$ ), com idades entre 18 e 40 anos; enquanto o sexo masculino foram apenas ( $n = 10$ ), com idades entre 18 e 40 anos de idade; de um total de ( $n = 49$ ) atendimentos, ou seja, o sexo feminino correspondeu a 80% dos atendimentos realizados pelo projeto de Assistência Psicológica. Essa diferença entre os sexos, está em consonância com estudos que apontam uma maior abertura do grupo feminino ao suporte psicológico especializado, segundo a pesquisa de Souza et al (2020) e a pesquisa de Romaro e Oliveira (2008)

Gráfico 1: Sexo que mais buscou atendimento psicológico

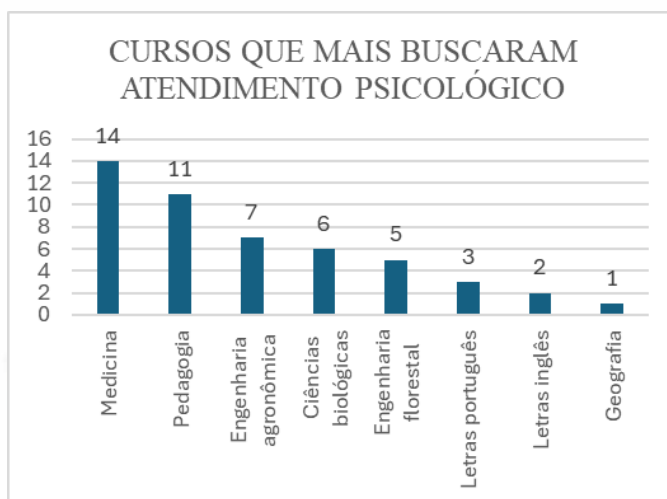


Fonte: arquivo pessoal



Em relação aos indicadores de busca por atendimento psicológico, houve uma distribuição significativa. Observou-se que o curso de Medicina apresenta maior incidência de procura ( $n=14$ ), seguido por Pedagogia ( $n=11$ ) e engenharia agrônoma ( $n=7$ ). Os cursos com menores índices de busca foram Letras Inglês com ( $n=2$ ) e Geografia com ( $n=1$ ), conforme o Gráfico 2.

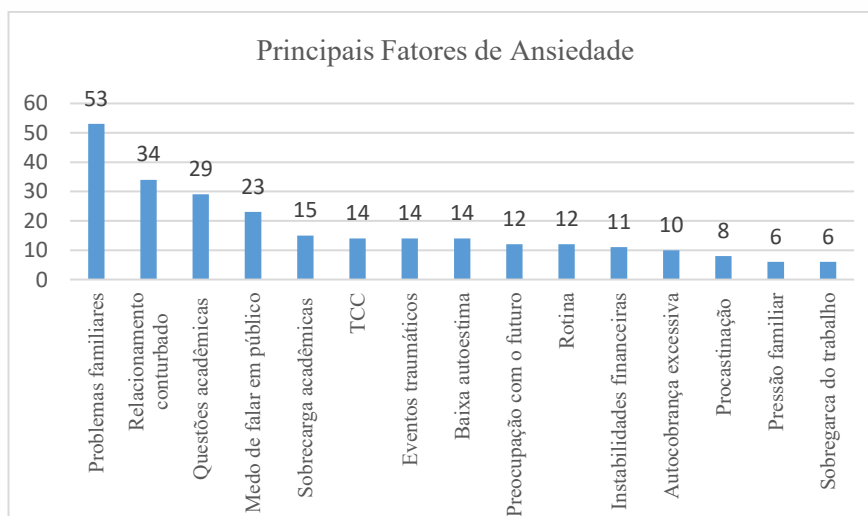
Gráfico 2: Cursos que mais buscaram atendimento psicológico.



Fonte: arquivo pessoal

Segundo o estudo de Bernardelli *et al* (2022) em uma universidade do Paraná, aponta que 45% dos alunos entrevistados apresentam níveis de ansiedade, impactando negativamente na vida pessoal e acadêmica do universitário. Como podemos observar no Gráfico 3, os fatores mais relatados pelos universitários foram: problemas familiares ( $n=53$ ); questões acadêmicas ( $n=29$ ); relacionamentos conturbados ( $n=34$ ); e medo de falar em público ( $n=23$ ), esclarece-se que as frequências apresentadas correspondem ao número de ocorrências registradas nos prontuários, podendo um mesmo participante mencionar o mesmo sintoma em atendimentos distintos. Outras questões foram citadas, conforme observado:

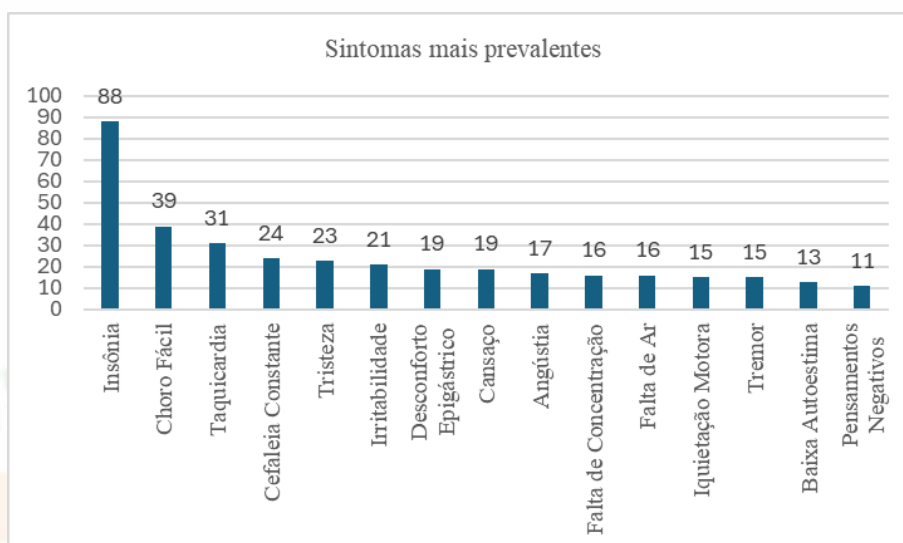
Gráfico 3: Principais fatores de ansiedade



Fonte: arquivo pessoal

Quanto aos sintomas, no Gráfico 4, pode-se observar a prevalência de sintomas conforme foram sendo registrados durante os atendimentos, sendo a insônia registrada em alta frequência (n=88). A insônia é caracterizada como a dificuldade de iniciar e manter o sono, resultando em prejuízos significativos na qualidade de vida e bem-estar psicossocial do indivíduo, sendo assim, insônia é a manifestação somática mais prevalente em pessoas que sofrem com ansiedade (III Consenso Brasileiro de Insônia, 2013). Em seguida o choro fácil (n=39) e a taquicardia (n=31), foram os sintomas mais comumente relatados que geram sofrimento emocional nos universitários atendidos.

Gráfico 4: Sintomas mais prevalentes



Fonte: Arquivo pessoal

## Conclusão

Conclui-se com esta pesquisa, que os estudantes universitários vêm sofrendo com sintomas de ansiedade, principalmente com prejuízos no sono, havendo ligação com a rotina acadêmica e problemas familiares como fatores de risco, desencadeando impactos negativos na saúde e rotina universitária. Faz-se necessário implementar políticas de assistência estudantil eficazes, de modo a mitigar os danos causados pela presença de sintomas e comportamentos ansiosos no público universitário.

**Palavras-Chave:** Saúde mental; fatores psicossociais; ensino superior.

## Referências Bibliográficas

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE SONO. III Consenso Brasileiro de Insônia: Sleep Science, v. 6, supl. 1, 2013.

BERNARDELLI, Luan Vinicius; PEREIRA, Camila; BRENE, Paulo Rogério Alves; CASTORINI, Luccas Damasceno da Cunha. A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. Avaliação, Campinas; Sorocaba, SP, v. 27, n. 01, p. 49-67, mar. 2022.

DALGALARRONDO, Paulo. Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais. 2. ed. Porto Alegre: Artmed. 2008.

LOUZADA, J. da S.; PACHECO, A. de S. Ansiedade e universitários: Estudo de caso com estudantes da Universidade Federal do Amazonas (UFAM). **DOXA: Revista Brasileira de Psicologia e Educação**, Araraquara, v. 23, n. 00, p. e 022013, 2022. DOI: 10.30715/doxa.v23i00.16898.

Projeto de Extensão Assistência Estudantil e Assessoramento Pedagógico, PASES. Instituído pela Portaria nº 265 de 2013. Universidade Federal do Pará, Campus Altamira.

ROMARO, Rita Aparecida; OLIVEIRA, Evangelista C. Leal. Identificação das queixas de adultos separados atendidos em uma clínica-escola de Psicologia. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 28. N. 4, p. 780-793, 2008.

SILVA, Dylan Ritcher da; PANOSSO, Ivana Regina; DONADON, Maria Fortunata. Ansiedade em universitários: fatores de risco associados e intervenções – uma revisão da literatura. **Psicologia- Saberes & Práticas**. n. 2, v. 1, 1-10, 2018.

SOUZA, P. B.; CASTRO, R. C. A. de M.; SILVA, N. S. da; PELLEGRINO, Érika F. C.; MESSIAS, A. C. C.; SILVA, C. da; SANTOS CHAVES, D.; KRUGER, C. B. Demandas psicológicas e psiquiátricas atendidas pelo Projeto de Assistência Estudantil e Assessoramento Pedagógico (PASES) em uma universidade pública na região da Transamazônica- Xingu. *Revista de Educação, Saúde e Ciências do Xingu*, [S. l.], v. 1, n. 3, 2020.

